

## Stefan Kessler

Ganzheitliche Immobilienberatung  
Coaching · Beratung · Training

eidg. dipl. Immobilien-Treuhänder  
Ausbilder mit eidg. Fachausweis



# Erfolg durch effizientes Selbstcoaching

Coaching verhilft Menschen, das Bestmögliche aus ihren Fähigkeiten zu machen. Es ist ein zeitlich begrenzter, ziel- und ressourcenorientierter Beratungsprozess zur individuellen Unterstützung von Menschen im beruflichen Kontext.

Beim Selbstcoaching geht es darum, sich selbst zum Coach zu machen und so die eigene Persönlichkeitsentwicklung in die Hand zu nehmen. Es ist auch weniger kostspielig.

Ich treibe nicht durchs Leben, sondern ich führe und steuere. Dazu muss ich wissen, was ich will und wohin, was mich lenkt und was mich hindert. Es ist gut, seine Fähigkeiten wirklich zu kennen und gezielt zu entfalten. Selbstcoaching ist ein Weg, um sich in stürmischen Zeiten zu orientieren.

Der Kurs vermittelt leicht erlernbare Selbstcoaching- und Kommunikationswerkzeuge, die im beruflichen Kontext wie auch im privaten Alltag unsere Lebensqualität verbessern können. Sie entscheiden, wann und wo sie diese Tools anwenden.

Inhalt	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coaching-Mindset</li><li>• Visionen entwickeln, Ziele setzen und erreichen; Eigenmotivation</li><li>• Wertesystem: meine eigenen Werte entdecken</li><li>• Modelling</li><li>• Der Rapport: Das Herzstück erfolgreicher Beziehungen</li><li>• Neurologische Ebenen</li><li>• Das eigene innere Team führen</li><li>• Zehn erste Hilfe-Tipps</li><li>• Interne und externe Ressourcen</li><li>• Kreativitätssteigerung</li><li>• U.v.a.m.</li></ul>
Voraussetzung	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Zielgruppe	Für alle, die mehr Freude an der Arbeit empfinden möchten, Störfaktoren reduzieren und dadurch ihr Potenzial ausschöpfen wollen.
Lernziele	Sie fühlen sich besser, stärker und werden erfolgreicher.
Abschluss	Falls Sie mindestens 80 % der Lektionen besucht haben, erhalten Sie nach Abschluss des Kurses ein Attest.
Datum	In Planung / 2 Tage (2 x 6 Lektionen)
Zeit	10.00 h – 17.00 h
Durchführungsort	In Planung
Preis	CHF 580.00